

**Меню** на 06.10 2023г.  
7 – 11 лет

ЗАВТРАК				ОБЕД			
№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Нарезка из свежих огурцов	60	7,2	1	Нарезка из свежих помидоров	60	13,1
2	Плов из птицы (цыпленок – бройлер)	225	336	2	Рассольник ленинг. со смет.	200/5	93,8
				3	Рагу из овощей	150	202,9
3	Сок фруктовый т.п.	200	97,2	4	Биточки рыбные с маслом	147	256
				5	Кисель из яблок	200	52,9
4	Хлеб пшеничный	25	57,4	6	Хлеб пшеничный	35	80,36
5	Хлеб ржаной	25	54,85			35	76,75
6	Фрукты (яблоки, персики)	100	47	7	Хлеб ржаной		
<b>Итого</b>		<b>635</b>	<b>599,65</b>	<b>Итого:</b>		<b>795</b>	<b>775,81</b>
<b>Цена: 106,49</b>				<b>Цена: 102,1</b>			

12 лет и старше

ЗАВТРАК				ОБЕД			
№. п.п.	Наименование	Выход граммы	Калории	№	Наименование	Выход граммы	Калории
1	Нарезка из свежих огурцов	60	7,2	1	Нарезка из свежих помидоров	60	21,8
2	Плов из птицы (цыпленок – бройлер)	250	373,3	2	Рассольник ленинг. со смет.	200/5	115,2
				3	Рагу из овощей	150	273,5
3	Сок фруктовый	200	97,2	4	Биточки рыбные с маслом	147	256
				5	Кисель из яблок	200	52,9
4	Хлеб пшеничный	35	80,36	6	Хлеб пшеничный	35	91,84
5	Хлеб ржаной	35	76,75			35	119,2
6	Фрукты (яблоки, персики)	100	47	7	Хлеб ржаной		
<b>Итого</b>		<b>680</b>	<b>681,81</b>	<b>Итого:</b>		<b>965</b>	<b>900,44</b>
<b>Цена: 94,78</b>				<b>Цена: 117,87</b>			

Директор МБОУ СОШ № 23

Старший повар



Е.В. Носок

Н.В. Зарипова